

Giulia Barbero Vignola, Cinzia Canali, Martin Eynard e  
Tiziano Vecchiato

# Cos'è importante per essere felici. La parola ai ragazzi

Lo studio *Crescere* si rivolge ai ragazzi, chiedendo se sono felici e qual è la cosa più importante per loro. Passando dai 12 ai 15 anni diminuisce l'autostima e il livello di benessere. Emerge un quadro dei giovani contesi tra il mondo virtuale in cui sono immersi e il bisogno di relazioni autentiche. Alla domanda «Qual è la cosa più importante per essere felice?» i ragazzi mettono al primo posto gli amici, quelli «che mi aiutano nel momento del bisogno». Emerge l'importanza della famiglia: «Avere una famiglia che mi sostenga, che mi ascolti, con cui si possa essere se stessi». Parlano dell'amore inteso come «avere qualcuno che mi voglia bene». Hanno bisogno di essere accettati per quello che sono, di sentirsi liberi di esprimersi e di stare bene con se stessi.

## Un nuovo approccio per studiare il *child well-being*

**L**o studio del benessere nei bambini e ragazzi è un tema molto dibattuto a livello internazionale (Casas F., 2010). Nel tempo l'interesse è passato dagli indicatori di sopravvivenza agli indicatori di *child well-being*, focalizzandosi sui determinanti che favoriscono il benessere e la crescita positiva. L'attenzione si è spostata dal negativo (i deficit, le carenze) al positivo, puntando sulle potenzialità dei ragazzi in questa particolare fase della vita (Lerner J.V. e altri, 2009).

Secondo Ben Arieh (2003) ogni tentativo di concettualizzare il «benessere» dei bambini e dei ragazzi deve tener conto di due aspetti: il fatto che i bambini sono loro stessi portatori di diritti che vanno riconosciuti, e il fatto di considerare questa fase della loro vita non come subordinata alla crescita successiva ma con una propria autonomia. In altre parole, lo studio del benessere si concentra sul «qui ed ora» ed è importante rivolgerci direttamente ai ragazzi, per conoscere la loro vita quotidiana, il loro modo di relazionarsi con gli altri, le loro emozioni e i sentimenti.

Gli adulti spesso non sanno cosa pensano i loro figli, dato che parlano poco

**AUTORI**

- *Giulia Barbero Vignola*, ricercatrice Fondazione «Emanuela Zancan», Padova.
- *Cinzia Canali*, ricercatrice Fondazione «Emanuela Zancan», Padova.
- *Martin Eynard*, Centro de Investigaciones y Estudios sobre Cultura y Sociedad, Universidad de Córdoba (Argentina).
- *Tiziano Vecchiato*, direttore Fondazione «Emanuela Zancan», Padova.

con i genitori o comunque hanno una percezione delle cose molto diversa. Per questo è importante chiedere direttamente a loro, in accordo con la Convenzione internazionale sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza, soprattutto per esplorare aspetti che hanno a che fare con le emozioni e i sentimenti (Ben Arieh A., 2001; 2009; 2013).

Nel 2015 il rapporto dello studio *Children's World Survey* ha raccontato la vita di oltre 53mila ragazzi provenienti da 15 paesi diversi tra gli 8 e i 12 anni, focalizzando l'attenzione proprio al periodo della crescita come ad una fase particolare della vita e considerando i ragazzi come «attori sociali» con proprie specificità da far conoscere. Il rapporto racconta il loro benessere con gli amici, in famiglia, nella scuola, con gli altri (Rees G. e Main G., 2015).

Altre ricerche hanno approfondito il concetto di felicità nei ragazzi. Chaplain (2009), con due studi negli Stati Uniti, ha coinvolto 300 bambini di età compresa tra gli 8 e i 18 anni. In entrambi gli studi, è stato chiesto ai ragazzi che cosa li aveva resi felici. Per tutti i gruppi di età le relazioni familiari e le relazioni con i coetanei sono state le risposte dominanti. Thoilliez (2011) in uno studio in Spagna con oltre 800 bambini di età compresa tra 6 e 12 anni ha evidenziato che le relazioni familiari sono la voce più citata per spiegare la loro felicità.

**Crescere: studio longitudinale per capire i ragazzi**

In modo coerente con questa prospettiva, lo studio Crescere contribuisce portando il punto di vista di un campione di 500 ragazzi italiani. Si rivolge direttamente loro chiedendo di descrivere le attività del tempo libero, l'uso di internet e dei social network, la vita in famiglia, le relazioni con gli amici e i compagni di classe, l'atteggiamento verso la scuola, la spiritualità, quello che pensano di se stessi (Vecchiato T. e Canali C, 2013; Crocetti E., 2014; Barbero Vignola G. e altri, 2014, 2015, 2016; Milan G. e Cestaro M., 2016)<sup>1</sup>.

È uno studio longitudinale, in cui i ragazzi sono seguiti nel tempo, dagli 11 ai 18 anni, osservando periodicamente i cambiamenti che si producono nei modi di pensare, di agire e di relazionarsi con gli altri. In questo modo è possibile conoscere e comprendere i percorsi di sviluppo degli adolescenti, in dialogo con loro.

A tre anni dall'avvio dello studio, sono disponibili molti risultati (Box 1). I ragazzi di oggi vivono immersi nella realtà virtuale: si collegano a internet tutti i giorni e comunicano con i social (Whatsapp, Facebook e tanti altri). Ma ciò che emerge con forza dallo studio è che il virtuale non basta per essere felici, hanno bisogno di relazioni autentiche e dirette.

**Benessere e soddisfazione per la vita: un trend decrescente nel tempo**

Abbiamo chiesto ai ragazzi se sono felici e quanto sono soddisfatti della loro vita, utilizzando la Faces Scale (Andrew-Whitey, 1976). Il primo anno, quando i ragazzi avevano 11-12 anni, le risposte sono state molto positive: il 77% ha espresso giudizi pienamente positivi, il 23% si collocava in una fascia intermedia e meno dell'1% si dichiarava infelice. A distanza di tre anni, le proporzioni sono cambiate, con un peg

### Box 1: I risultati in pillole

#### Internet e social network: la generazione dei sempre connessi

A 15 anni 9 ragazzi su 10 si collegano a internet tutti i giorni. Rimangono connessi da 5 minuti a 24 ore al giorno, in media quasi 2 ore e mezza al giorno. Il 98% possiede uno smartphone per il proprio uso personale e più di uno su tre (37%) naviga libero, senza limiti di tempo o restrizioni di siti in cui non può andare. Il più delle volte usano internet da soli, più raramente usano internet con i genitori, gli amici, i fratelli. Chattano, giocano ai videogiochi, fanno ricerche per la scuola, ascoltano musica, usano i social network. Rispetto a 3 anni fa, quando gli stessi ragazzi avevano 12 anni, è aumentato l'uso dei social: ora quasi tutti usano Whatsapp per comunicare (95%), uno su due ha un profilo Facebook e il 30% lo guarda tutti i giorni o quasi (tre anni fa erano il 20%, di cui il 10% tutti i giorni). Altri usano Instagram (69%), Skype (22%), Google+ (16%), Ask (16%), Snapchat, Telegram, Tumblr e tanti altri.

#### Autostima: livelli in calo ma pur sempre elevati

In generale, i ragazzi a 14-15 anni d'età hanno un buon livello di autostima e fiducia nelle proprie capacità: 9 su 10 pensano di avere un buon numero di qualità e di valere almeno quanto gli altri. 8 su 10 hanno un atteggiamento positivo verso se stessi e complessivamente sono soddisfatti di quello che sono.

Nei tre anni a confronto si nota una diminuzione in media del livello di autostima espresso dai ragazzi (Test T,  $p < 0,001$ ). Nello specifico, per quasi 4 ragazzi su 10 (38,8%) il livello di fiducia in sé è diminuito rispetto a quello indicato 3 anni prima. Altrettanti hanno indicato all'incirca lo stesso punteggio, a denotare una situazione di sostanziale stabilità nel tempo. Il restante 22% dei ragazzi ha invece migliorato la propria autostima rispetto a tre anni prima.

#### Le differenze tra maschi e femmine

Nel primo anno di osservazione, quando i ragazzi avevano 11-12 anni, non sono emerse differenze tra maschi e femmine nel livello di autostima e fiducia in se stessi. Al crescere dell'età, invece, le differenze per genere si fanno più forti: i maschi mediamente esprimono maggiore fiducia in se stessi rispetto alle coetanee femmine. A 15 anni, ad esempio, l'87% dei maschi ha un atteggiamento positivo verso di sé, mentre per le femmine è vero nel 75% dei casi. Sono complessivamente soddisfatti l'84% dei ragazzi e il 77% delle ragazze. Viceversa, il 18% delle ragazze pensa di essere un vero fallimento (il 10,8% per i maschi). Il 50% a volte si sente inutile (il 32% per i maschi). Il 50% delle femmine desidera avere maggior rispetto di sé (il 39% per i maschi).

gioramento degli indici di benessere nel passaggio dalla prima osservazione (11-12 anni) alla terza (14-15 anni). La percentuale di ragazzi pienamente soddisfatti passa dal 77% al 58%. Aumentano quelli che si collocano nella fascia intermedia (dal 22% al 39%). I ragazzi completamente scontenti della loro vita sono ancora una minoranza

(2,8%), ma comunque si tratta di una proporzione in crescita (nella prima *wave* era appena lo 0,4%).

Il calo nei livelli di benessere si verifica perché, passando dai 12 ai 15 anni, gli adolescenti acquistano maggiore consapevolezza di sé, dei propri punti di forza, ma anche delle proprie debolezze.

Fig. 1 – Risposte alla domanda «Come ti senti in questo momento?», valori percentuali



Inoltre il passaggio dall'ambiente più familiare delle scuole medie a quello delle scuole superiori implica un lavoro sul proprio concetto di sé, spingendo gli adolescenti a rimettersi in discussione, perdendo a volte le certezze precedenti.

Nei primi due anni dello studio, quando i ragazzi avevano dagli 11 ai 13 anni, non si sono osservate sostanziali differenze tra maschi e femmine nel livello di felicità espresso. Nel terzo anno di osservazione, quando i ragazzi raggiungono i 15 anni d'età, le differenze per genere si fanno più forti. Sono i maschi che mediamente esprimono livelli di benessere più elevati rispetto alle coetanee femmine (Test T,  $p < 0.01$ ).

Nei tre anni a confronto, la metà delle ragazze (54%) ha indicato punteggi più bassi di felicità rispetto a 3 anni prima, mentre soltanto il 10% ha indicato punteggi superiori. Per i coetanei maschi, invece, il confronto nel tempo evidenzia una situazione di maggiore stabilità (il 42% esprime esattamente lo stesso punteggio).

L'area più critica in cui si osservano maggiori differenze è l'aspetto fisico: le ragazze sono mediamente più insoddisfatte (Test T,  $p < 0.001$ ). In una scala da 0 a 100 (dove 0 indica «per niente contento» e 100 «molto contento»), il punteggio per i ragazzi è di 68 su 100, mentre per le femmine è di 57 su 100.

### Qual è la cosa più importante per essere felice?

Nella terza annualità dello studio Crescere è stato introdotto un approfondimento

specifico su quali sono i fattori che favoriscono il benessere dei ragazzi. Abbiamo chiesto a loro di indicarci «qual è la cosa più importante per essere felice» e 432 ragazzi ci hanno risposto. Tutte le loro parole sono state analizzate e suddivise in 15 categorie di contenuto (tab. 1), in modo coerente con la metodologia della Grounded Theory (GT) di Glaser e Strauss (2009). Essa si fonda sulla comparazione delle risposte per identificare similitudini e differenze, con lo scopo di «catturare» proprietà comuni (Yuni e Urbano, 1999) e ricondurle a categorie per ogni dimensione analizzata.

Fig. 2 – Word clouds per la domanda «Qual è la cosa più importante per te per essere felice»



Nella figura 2 sono rappresentati i principali contenuti espressi dai ragazzi, secondo la tecnica del *word clouds* (letteralmente «nuvole di parole»), che consente a colpo d'occhio di individuare le parole più frequenti (rappresentate con maggiori dimensioni). La parola «amici» è la più citata (da oltre 130 ragazzi), seguita dalla parola «famiglia» (64 citazioni).

Tab. 1 – Categorie di risposta alla domanda «Qual è la cosa più importante per te per essere felice», percentuale sul totale dei ragazzi

	Percentuale
Amici	39,7
Famiglia	19,7
Amore	19,0
Autostima, stare bene con se stessi	19,0
Relazioni	16,1
Salute	11,0
Sport e svago	9,9
Gli altri	7,6
Libertà e autonomia	5,7
Raggiungere gli obiettivi	5,5
Pace e tranquillità	5,5
Soldi e beni materiali	4,6
Scuola	4,1
Musica	2,8
Non so	2,3
Altro	5,0

### Le relazioni

Dall'analisi emerge il grande valore che i ragazzi attribuiscono alle relazioni: gli amici al primo posto, poi la famiglia e l'amore. Gli amici sono la prima fonte di felicità per 4 ragazzi su 10. Ribadiscono che sono amici «veri», su cui poter contare nel momento del bisogno. Emerge l'importanza di «essere apprezzati», «capiti» e «accettati» dal gruppo di amici di riferimento.

La famiglia è al secondo posto, indicata da 2 ragazzi su 10. Dalle parole emerge il grande valore che i giovani attribuiscono alla famiglia. La felicità personale è associata a quella dei familiari: «Sapere che la mia famiglia sta bene e rendermi conto che i miei genitori mi vogliono bene». È anche importante avere «buoni rapporti», mantenendo aperto il dialogo, «essere supportato» e avere dei punti di «riferimento».

L'amore è al terzo posto: per il 19% dei ragazzi è la cosa più importante per essere felici. Esprimono il bisogno di avere «qualcuno che mi vuole bene» e che «mi rispetti». Non si riferiscono solamente a persone specifiche (fidanzato/a), ma al bisogno

umano e più generale di «amare ed essere amato» che spesso si traduce in ricerca di affetto e sostegno: «avere qualcuno in grado di capirmi, consolarmi e farmi sorridere».

Al di là dei rapporti particolari con gli amici, i familiari e il partner, emerge con forza il bisogno di relazioni autentiche, di avere qualcuno al proprio fianco, su cui poter contare, che sia presente soprattutto nei momenti difficili. Spesso fanno riferimento anche alle «persone intorno», «essere in contatto», «stare bene con le persone». Un ragazzo scrive che la cosa più importante è «avere una vita sociale NON virtuale». Un altro scrive: «Avere delle persone affianco che ti capiscono e ti aiutano nel momento del bisogno».

### Stare bene e divertirsi

I ragazzi esprimono il desiderio di poter «essere se stessi», di avere autostima e fiducia nelle proprie capacità. Per il 19% questa è la cosa principale per essere felici. Hanno bisogno di essere accettati per quello che sono e di volersi bene. Lo spiegano anche come la volontà di cercare la propria strada, di migliorarsi, di sentirsi realizzati.

La salute è considerata molto importante: per uno su dieci è al primo posto. Ne parlano come una situazione in cui si sta bene fisicamente, senza malattie o altri disturbi. Non fanno riferimento solo alla propria salute ma anche a quella delle persone vicine (famiglia e amici).

Sono importanti anche le attività sportive (principalmente calcio, basket, pallavolo) e all'aperto. I ragazzi esprimono anche semplicemente il fatto di «divertirsi» e il desiderio di avere «tempo libero». Alcuni fanno riferimento espressamente alla scuola, alle relazioni con i compagni e gli insegnanti, allo «stare bene a scuola».

Anche la musica riveste un ruolo importante nella vita dei ragazzi. Ad esempio, «suonare», «ballare» e «ascoltare musica» vengono spesso citati come attività piacevoli. Per una ragazza la cosa più importante è l'hip hop, perché «ballare mi rende felice e





mi toglie ogni preoccupazione».

Il bisogno di libertà e autonomia si riferisce al fatto di poter fare quello che piace e quello che fa sentire bene, di poter seguire i propri gusti e le proprie aspirazioni. Emerge la voglia di potersi godere il tempo senza obblighi o restrizioni, potendo fare «di testa propria», essendo autonomi nelle proprie scelte e indipendenti. Include anche il fatto di «non farsi condizionare» dagli altri.

### *La sfera personale e gli altri*

I ragazzi fanno riferimento alla capacità di superare gli ostacoli e di raggiungere i propri obiettivi, soprattutto quelli scolastici e sportivi. I ragazzi hanno come obiettivo «avere buoni voti», avere successo nella pratica sportiva e «sfruttare le occasioni che la vita dà» riferendosi anche ad un futuro lavorativo. Comprende anche il fatto di migliorarsi come persona: «essere positivi», «cercare un lato bello in tutto».

Al di là della sfera del benessere personale, i ragazzi di oggi pensano anche ad aiutare e a «fare felice l'altro», a cui fa riferimento quasi uno su dieci. L'altro può essere una persona vicina (amico o familiare), oppure una persona in generale. Questa dimensione è connessa alla solidarietà più ampia verso altri (sconosciuti) come fonte di felicità per chi aiuta e rende felici gli altri. Per stare bene l'importante è «non avere pregiudizi, non pretendere dagli altri ed essere sempre pronto ad aiutare il prossimo» – scrive uno di loro.

Alcuni giovani considerano la pace, la tranquillità e l'assenza di stress fattori fondamentali per una vita felice. Con «serenità» i ragazzi intendono una situazione di armonia, confronto e dialogo con le persone. Comprende anche il fatto di non essere «in ansia» o «pensare troppo», di «vivere senza problemi, cioè non interessarsi di «ciò che dice la gente su di te». In due casi (su 432 ragazzi che hanno risposto) si fa riferimento alla spiritualità e all'importanza di «credere in qualcosa». Una minoranza dei ragazzi (4%) fa riferimento all'aspetto materiale di

«avere soldi» come fonte di felicità. Alcuni vanno oltre e parlano di «*money*», lasciando intendere una forte ammirazione per il denaro, altri invece parlano di avere «un po' di soldi» sufficienti per avere una vita tranquilla oppure alcuni oggetti per loro fondamentali: «telefono, tablet e vespa».

### *Felicità: una definizione globale*

Alcuni ragazzi esprimono dubbi e incertezze su quali siano le reali fonti di felicità («non saprei»). Vi sono anche risposte che indicano la soddisfazione attuale per quanto riguarda il proprio livello di felicità («sono già felice») oppure al contrario l'insoddisfazione per la propria condizione («Non credo di essere felice»).

Infine, alcuni ragazzi non riescono ad esprimere in maniera univoca la felicità e a definire quale sia l'aspetto principale che porta al proprio benessere («Non saprei dare una risposta unica»). Vi sono una molteplicità di fattori, che i giovani esprimono in vario modo: «Avere una famiglia che mi sostenga emotivamente ed economicamente, che mi ascolti, con cui si possa scherzare ed essere sé stessi senza sentirsi dire cattiverie. Avere dei buoni amici con cui sfogarsi, parlare senza essere giudicati. Conoscere persone che mi facciano sentir bene e in pace con me stesso».

### **Conoscenze preziose da condividere**

L'acronimo dello studio Crescere significa «Costruire Relazioni ed Esperienze di Sviluppo Condivise con Empatia, Responsabilità ed Entusiasmo». Queste parole esprimono in modo positivo quello che più spesso viene visto in negativo: la fatica di crescere nella realtà di oggi, con famiglie che si perdono, con una scuola in difficoltà, con tutti i rischi e le contraddizioni di una realtà poco accogliente per la vita che cresce. In questo contesto, le parole e i messaggi dei ragazzi sono una bussola preziosa

**Box 2: Le parole dei ragazzi: «Qual è la cosa più importante per te per essere felice?»**

- «Avere dei buoni amici con cui sfogarsi, parlare senza essere giudicati».
- «Avere affianco a me la mia migliore amica. Non chiedo altro».
- «Avere dei buoni amici con cui sfogarsi, parlare senza essere giudicati».
- «Vedere la felicità dei miei amici e un loro sorriso mi gratifica di tutto».
- «L'affetto dei miei genitori, il fatto di essere felice con la mia famiglia».
- «Il supporto della famiglia e degli amici».
- «Vedere felici i miei genitori e sentirmi amata da loro».
- «Vorrei avere un ragazzo carino e gentile che mi stringa forte a se e che mi dia sicurezza dandomi tutto l'amore di cui ho bisogno».
- «Qualcuno che ti vuole bene e con cui puoi essere sincero senza aver paura».
- «Sentirsi bene con se stessi e non avere rimpianti».
- «Essere accettato per quello che sono».
- «Credere in me stessa».
- «Stare bene con se stessi e con gli altri, pensare positivo e cogliere tutti i piccoli bei momenti che la vita ci dà».
- «Sorridere, perché se regali un sorriso prima o poi ti verrà restituito e allora sarai ancora più felice».
- «Avere una buona sfera di persone di cui sai fidarsi, con cui ti senti bene e che ti aiutano».
- «Avere persone che mi fanno sentire felice».
- «Vedere le altre persone felici e soprattutto contente di stare in compagnia e con me».
- «Essere in contatto con una persona felice».
- «Avere un rapporto migliore possibile con le persone che ho intorno e renderle felici».
- «Per me essere felice non vuol dire solo fare le cose che ci fanno stare bene ma significa anche aiutare gli altri a stare bene. Significa amare e rispettare gli altri e vivere nel migliore ed educato dei modi che ci siano».
- «Vivere la MIA vita secondo le MIE scelte e non rispetto a quelle di qualcun'altro che potrebbero non corrispondere alle mie e rendere la mia vita un po' meno felice della vita che vorrei».
- «Non essere limitato! Non essere condizionato! Non dipendere da nessuno! Non essere inferiore a chi conosco! Coltivare le mie passioni».
- «Seguire i propri sogni con impegno perché ci si gode di più l'arrivo, dopo una scalata faticosa».
- «Per essere felici bisogna: andare bene a scuola, così da grande sarò un qualcuno».
- «Raggiungere i propri obiettivi, soprattutto nell'atletica».
- «Per essere felice devo avere una bella vita cioè studiare bene per costruirmi un futuro avere una famiglia che mi ama e buoni amici».
- «Pattinare ed andare bene a scuola, ma senza stressarsi troppo, non ci tengo ad avere tutti 10 e non mi sento male se prendo 6 o 5 come alcuni miei compagni di classe».
- «Non essere troppo preoccupati, un po' di spensieratezza».
- «A scuola deve andare tutto bene sia con gli amici sia con gli insegnanti».
- «Stare con i miei compagni di scuola, perché quest'anno ho trovato una classe fantastica; che io e la mia famiglia stiamo tutti bene».
- «Quando posso camminare a testa alta per le strade principali del centro città, quando esco con i miei amici senza sentirmi parlare alle spalle una volta che me ne torno a casa».



per orientarsi nel loro mondo e capirlo. È un mondo che coesiste con quello degli adulti ma con modi diversi di esprimersi, con modi nuovi di vivere le esperienze umane fondamentali: l'amicizia, l'amore, la fiducia, le relazioni, la scuola, lo sport, la salute. I ragazzi chiedono agli adulti di esserci, di essere presenti con discrezione, concretezza, capacità di ascolto, rassicurazione, fiducia. Per loro è un approdo sicuro per poi riaprire le vele verso la vita. Questi messaggi non riguardano solo i genitori, ma anche gli insegnanti e quanti altri sono parte del loro spazio di vita nella comunità sociale.

Lo studio si chiede se è possibile «crescere bene» oggi. Le difficoltà che i ragazzi esprimono sono molte, spaziano dal sé al noi, dal presente al «cosa farò da grande», dal dialogo in famiglia alle relazioni, dal corpo in trasformazione alla fiducia da conquistare ogni giorno. Il messaggio che emerge dalle loro parole è carico di speranza, cercano relazioni vere, autentiche, non filtrate da uno schermo. Sono parole dense di attese da ascoltare e valorizzare. Il problema è come condividere la conoscenza di quanto viene messo a disposizione dai ragazzi. La ricerca lo trasforma in numeri e messaggi significativi, così che non restino carta stampata. Insieme allo studio abbiamo provato a sviluppare setting in dialogo per favorire la condivisione della conoscenza e il passaggio «dal conoscere al fare a all'esserci».

È un passaggio necessario per smussare le resistenze e affrontare senza pregiudizi il confronto, accogliendo le intuizioni e le provocazioni. La sfida per gli adulti non è solo conoscerle, capirle, ma trasformarle in presenza responsabile, delicata, rispettosa. I ragazzi lo chiedono senza sapere la forma e il modo, ma semplicemente esprimendo l'attesa che i vuoti esistenziali vengano riempiti di umanità e prossimità. Non è un problema per i genitori ma anche per gli insegnanti, gli educatori e quanti hanno responsabilità nei percorsi di crescita. La priorità è favorire e incoraggiare, trasfor-

mando il crescere bene in terreno di nuova socialità.

## Note

- 1 CRESCERE è uno studio longitudinale che monitora nel tempo un campione di ragazzi e famiglie in provincia di Padova e Rovigo. L'obiettivo principale è capire come crescono i ragazzi in un momento cruciale della loro vita, la transizione dall'infanzia all'adolescenza, verso l'età adulta. Quali fattori favoriscono la crescita positiva e proteggono dai rischi? Come possiamo aiutare i genitori, gli insegnanti, gli educatori, i decisori politici e tutti coloro che accompagnano gli adolescenti nel processo di crescita? Lo studio è realizzato dalla Fondazione Emanuela Zancan, con il sostegno della Fondazione Cassa di Risparmio di Padova e Rovigo. Ha il patrocinio della Fondazione Città della Speranza e dell'Autorità Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza. È realizzato in collaborazione con 84 Comuni, l'Azienda Sanitaria Ulss 16 di Padova e il Servizio di Medicina dello Sport. È sostenuto e promosso dal Garante regionale dei diritti della persona della Regione Veneto, le Conferenza dei Sindaci dell'Ulss 15, 16 e 17, il De Leo Fund Onlus, la Fondazione Girolamo Bortignon per l'educazione e la scuola. Per informazioni: [www.crescerebene.org](http://www.crescerebene.org).



## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Andrew F.M. e Withey S.B. (1976), *Social Indicators of Well-Being. Americans Perceptions of Life Quality*, Plenum Press, New York, USA.
- Barbero Vignola G., Bezze M., Canali C., Crocetti E., De Leo D., Eynard M., Maurizio R., Milan G., Ongaro F., Schiavon M. e Vecchiato T. (2016), *Crescere: uno studio longitudinale per il benessere dell'infanzia*, «Studi Zancan», 1, pp. 21-32.
- Barbero Vignola G., Bezze M., Canali C., Geron D., Innocenti E. e Vecchiato T. (2016), *Povert  educative: il problema e i suoi volti*, «Studi Zancan», 3, pp. 5-20.
- Barbero Vignola G. e Duca V. (2016), *Stare bene a scuola, apprendere e crescere in modo positivo*, «Studi Zancan», 3, pp. 29-38.
- Barbero Vignola G., Bezze M. e Maurizio R. (2015), *Crescere: Figli e genitori: un dialogo possibile. Risultati dallo studio «Crescere»*, «Famiglia Oggi», 2, pp. 57-67.
- Barbero Vignola G., Montini B., Schiavon M., Bordin D. e Eynard M. (2015), *Obesit  e salute: un approccio innovativo per crescere bene*, «Studi Zancan», 5, pp. 49-55.
- Barbero Vignola G. e Decimi G. (2014), *Il bullismo nella preadolescenza: risultati dallo studio Crescere*, «Studi Zancan», 1, pp. 71-75.
- Barbero Vignola G. e Duca V. (2014), *Scuola, motivazione e apprendimento nell'adolescenza*, «Studi Zancan», 2, pp. 103-110.
- Barbero Vignola G. e Miari F. (2014), *Crescere: tabacco, alcol e droghe*, «Studi Zancan», 5, pp. 106-112.
- Ben-Arieh A., Kaufman N. H., Andrews A.B., Goerge R.M., Lee B. J. e Aber J.L. (2001), *Measuring and monitoring children's well-being*, Dordrecht, Netherlands, Kluwer.
- Ben-Arieh A. (2003), *La valutazione di efficacia di un programma rispetto al monitoraggio del benessere: una prospettiva centrata sul bambino*, in C. Canali, A.N. Maluccio e T. Vecchiato, *La valutazione di efficacia nei servizi alle persone*, Fondazione Zancan, Padova, pp. 435-448.
- Ben-Arieh A., Casas F., Fronese I. e Korbin J.E. (2013), *Handbook of Child Well-Being: Theories, Methods and Policies in Global Perspective*, Springer, New York.
- Ben-Arieh A. (2009), *From Child Welfare to Children Well-being: The Child Indicators Perspective*, in S.B. Kamerman, S. Phipps & A. Ben-Arieh (eds), *From Child Welfare to Children Well-being: an International Perspective on Knowledge in the Service of Making Policy*, Springer, Dordrecht, Netherlands.
- Casas F. (2010), *El bienestar personal: Su investigación en la infancia y la adolescencia*, *Encuentros*, «Psicolog a Social», 5(1), pp. 85-101.
- Chaplin L.N. (2009), *Please may I have a bike? better yet, may I have a hug? an examination of children's and adolescents' happiness*, «Journal of Happiness Studies», 10, pp. 541-562.
- Crocetti E. (2014), *Il contesto scolastico in adolescenza: identit , benessere e dinamiche relazionali*, «Studi Zancan», 3, pp. 80-86.
- Glaser B. G., Strauss A. L. (2009), *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*, Transaction Publishers.
- Lerner J.V., Phelps E., Forman Y. & Bowers E.P. (2009), *Positive youth development*, in R.M. Lerner & L. Steinberg (eds.), *Handbook of adolescent psychology: Individual bases of adolescent development*, Hoboken, NJ, Wiley (3rd ed., Vol. 1, pp. 524-558).
- Milan G. e Cestaro M. (2016), *Adolescenti, spiritualità, religiosit . Quale educazione?*, «Studium Educationis», 3, pp. 43-60.
- Rees G. e Main G., a cura di (2015), *Children's views on their lives and well-being in 15 countries: An initial report on the Children's Worlds survey, 2013-14*, Children's Worlds Project (ISCWeB), York, UK.



## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI *(segue)*

- Thoilliez B. (2011), *How to Grow up Happy: An Exploratory Study on the Meaning of Happiness from Children's Voices*, Child Indicators Research 4: 323. doi:10.1007/s12187-011-9107-5.
- Yuni J. A., Urbano C. (1999). *Mapas y Herramientas para Conocer la Escuela. Investigación Etnográfica e Investigación – Acción*, Editorial Brujas, Córdoba.
- Vecchiato T. e Canali C. (2013), *Crescere oggi: ricerca e politiche sociali per la crescita positiva*, in F. Mazzucchelli (a cura di), *La preadolescenza. Passaggio evolutivo da scoprire e da proteggere*, Franco Angeli, Milano, pp. 31-46.

## SUMMARY

The longitudinal study «Crescere» asks boys and girls if they are happy and what is most important to them. Growing from 12 to 15 years old, their self-esteem and well-being decrease. The results show a picture of young people between the virtual reality where they spend their time and the need for true relationships. When answering the question «What is the most important thing to be happy?» they first refer to their friends, those «who help me when I need it». The importance of the family emerges: «Having a family supporting me and listening to me, with which I can be myself». They refer to love as «having someone that cares for me». They need to be accepted as are, to feel free to express themselves and to feel well with themselves.